



Телефон доверия: **8(8172)72-99-99**

Единая служба спасения: **01**

Мегафон: **112**

МТС и Теле2: **010**

Билайн: **001**

### Это нужно знать:

1. Безопасным для человека считается лёд толщиной не менее 7 сантиметров.
2. В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лёд непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
3. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25%.
4. Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лёд ненадежен.

**На тонкий лёд не ходи рыболов! Жизнь не меняй на несчастный улов!**



## **Что делать, если вы провалились в холодную воду:**

1. Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
2. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
3. Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.
4. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
5. Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

## **Если кому-то нужна Ваша помощь:**

1. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой.
2. Следуйте ползком к полынье, широко расставляя при этом руки и ноги, толкая перед собой спасательные средства.
3. Остановитесь от провалившегося человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, подайте палку или шест.
4. Вытащите пострадавшего на лед, и вместе, выбирайтесь ползком в ту сторону, откуда пришли.
5. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, разотрите тело, напоите его горячим чаем.

## **Выход на лёд всегда опасен!**

**Помните! Вас ждут дома! Соблюдайте  
правила безопасности на водоёмах.**

***Никакой улов не стоит человеческой жизни!***

